

Haid

Diary



Edisi: _____ *M*

Nama : _____

Umur : _____th, Asrama: _____

Alamat : _____

Nmr Telp: _____

Cara Mengisi Tabel

1. Gunakan kalender Masehi
2. Saat keluar darah bubuhkan tanda + di depan jam. Dan tanda - saat berhenti.
3. Jika kolom tanggal yang sudah tersedia kurang, lanjutkan ke halaman berikutnya untuk bulan yg sama
4. Kolom keterangan bisa diisi warna darah
5. Gunakan aplikasi android **KALKULATOR ISTIHA-DLAH** unt menghitung jumlah haid dan suci. Hal ini diperlukan jika terjadi pendarahan lebih 15 hari. Jika haidnya normal abaikan saja

Contoh

Bulan: *Juni 2018*

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket
5	+ 17.30	Kuning	12	- 19.30	
7	- 12.30		13	+ 21.00	Keruh
9	+ 7.15	Merah	15	- 7.45	
10	- 14.15				

Haid Tgl/Jam : 5 Juni jam 17.30 s.d. 15 Juni jam 7.45

Jumlah Haid : 9 hari 14 jam 15 menit

Suci tgl/jam : 15 Juni jam 7.45 s.d. 10 Juli jam 6.30

Jumlah Suci : 24 hari 22 jam 45 menit

Bulan: *Juli 2018*

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket
10	+ 6.30	Merah			
21	- 13.20				

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____

Bulan:

Tgl	Jam	Ket	Tgl	Jam	Ket

Haid Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Haid : _____ hari _____ jam _____ menit

Suci Tgl/Jam : _____ s.d. _____

Jumlah Suci : _____ hari _____ jam _____ menit

Catatan : _____
